2026년 8월 1주 식단표

일자	7/26(일)	7/27(월)	7/28(화)	7/29(수)	7/30(목)	7/31(금)	8/1(토)
아침	흰밥 흰죽 배추김치/백김치 파송송계란국 모듬해물복음 미역줄기볶음 구이김	흰밥 흰죽 배추김치/백김치 누룽지탕 연두부/양념장 비엔나야채볶음 오복지무침	흰밥 흰죽 배추김치/백김치 감자두부국 훈제오리피망볶음 가지찜/양념장 궁채무침	흰밥 흰죽 배추김치/백김치 유부팽이된장국 꽁치감자조림 모듬버섯볶음 구이김	흰밥 흰죽 배추김치/백김치 동태탕 계란조림 미역줄기볶음 더덕장아찌	흰밥 흰죽 배추김치/백김치 누룽지탕 명란젓무침 떡갈비채소조림 오복지무침	흰밥 흰죽 배추김치/백김치 순두부백탕 대구살조림 오이양파무침 구이김
점심	흰밥 소고기야채죽 배추김치/백김치 유부콩나물국 두부구이/양념장 멸치무조림 얼갈이나물무침	흰밥 소고기야채죽 배추김치/백김치 미역오이냉국 버섯소불고기 베이컨감자채볶음 상추생채	흰밥 소고기야채죽 배추김치/백김치 북어계란국 꿔바로우/소스 짜장볶음 단무지채무침	흰밥 소고기야채죽 배추김치/백김치 김치어묵국 돈고추장불고기 고구마견과류샐러드 청경채생채	흰밥 소고기야채죽 배추김치/백김치 쑥갓유부우동 오리주물럭 단호박고로케 아삭이고추무침	흰밥 소고기야채죽 배추김치/백김치 쭈꾸미연포탕 닭납작당면볶음 미역오이초무침 청포묵김무침	흰밥 소고기야채죽 배추김치/백김치 해물된장국 두부구이/양념장 표고야채볶음 콩나물무침
저녁	흰밥 야채죽 배추김치/백김치 들깨버섯탕 임연수구이 명란젓무침 양배추생채	흰밥 야채죽 배추김치/백김치 시래기된장국 코다리조림 새우살스크램블에그 치커리무침	흰밥 야채죽 배추김치/백김치 버섯들깨탕 돈채피망볶음 호박나물볶음 얼갈이된장무침	흰밥 야채죽 배추김치/백김치 소고기뭇국 너비아니데리야끼구이 콩나물무침 오이생채	흰밥 야채죽 배추김치/백김치 황태콩나물국 어묵채소볶음 소고기강된장 냉면무	흰밥 야채죽 배추김치/백김치 들깨미역국 돈육메추리알조림 멸치견과류볶음 브로콜리숙회	흰밥 야채죽 배추김치/백김치 만둣국 모듬해물볶음 우엉채볶음 단무지쪽파무침
간식	요플레(두유) 오미자차/곡물크래커	엔요요구르트(두유) 단호박고구마라떼(토마토주스)/꽈배기스낵	요플레(케어웰영양음료) 수박주스/미니샌드위치	엔요요구르트(두유) 수박	쾌변요구르트(두유) 복숭아(**),바나나	복숭아쉐이크 / 홍삼정스틱 요플레(두유)	엔요요구르트(두유) 한방차/카스테라케이크

원산지 표기	작성자 : 진영미 *참고(,,,)메뉴는 기피음식대상자 메뉴임 (**)메뉴는 수급자 욕구식단 및 간식임 쌀/밥,죽,누룽지(국산), 소국거리(국산), 소불고기(미국산), 돈육(국산), 닭(국내산), 오리고기(국내산), 배추(국내산), 배추김치(고추가루포함 국산), 콩류/두부.비지.순두부(중국산), 오징어/가공품(수입산) 꽃게(국산,수입산), 명태/가공품(러시아산), 낙지,쭈꾸미(중국산), 갈치(수입산,국산), 고등어(국산), 장어(중 국산).미꾸라지(중국산), 광어(국산), 우럭(국산), 돔(국산), 가자미(중국산), 다랑어(수입산),식욱가공품:소, 돼지,닭,오리(수입산),수산가공품:어육가공품,젓갈류,조미가공품,어간장,어묵류(외국산)

2026년 8월 2주 식단표

일자	8/2(일)	8/3(월)	8/4(화)	8/5(수)	8/6(목)	8/7(금)	8/8(토)
아침	흰밥 흰죽 배추김치/백김치 애호박새우젓국 언양불고기 오이고추쌈장무침 구이김	흰밥 흰죽 배추김치/백김치 누룽지탕 소고기두부조림 베이컨양배추볶음 궁채무침	흰밥 흰죽 배추김치/백김치 유부장국 돈육야채볶음 멸치무조림 자반김	흰밥 흰죽 배추김치/백김치 파송송계란국 대구살무조림 도라지오이볶음 구이김	흰밥 흰죽 배추김치/백김치 버섯들깨탕 온두부찜/양념장 새우살채소볶음 쪽파김무침	흰밥 흰죽 배추김치/백김치 누룽지탕 명란쪽파무침 청경채소불고기 아삭이고추무침	흰밥 흰죽 배추김치/백김치 만두국 어묵피망볶음 마늘종볶음 구이김
점심	흰밥 소고기야채죽 배추김치/백김치 들깨무채국 닭붉고기 건새우마늘종볶음 양배추비타민생채	흰밥 소고기야채죽 배추김치/백김치 육개장 조기구이 무채볶음 과일그린샐러드	흰밥 소고기야채죽 배추김치/백김치 양송이크림스프 코다리조림 고구마튀김 숙주삼색무침	흰밥 소고기야채죽 배추김치/백김치 황태무국 한우채소볶음 해파리냉채 청경채나물무침	흰밥 소고기야채죽 배추김치/백김치 소고기미역국 동태전 한식잡채 간장깻잎지	흰밥 소고기야채죽 배추김치/백김치 감자수제비국 소고기계란장조림 파프리카두부무침 근대된장무침	흰밥 소고기야채죽 배추김치/백김치 고디탕 캔고등어조림 표고양송이볶음 청경채무침
저녁	흰밥 야채죽 배추김치/백김치 감자양파국 어묵채소볶음 스크램블에그 구이김	흰밥 야채죽 배추김치/백김치 콩나물맑은국 메란버섯조림 카레볶음 단무지채파무침	흰밥 야채죽 배추김치/백김치 어묵탕 닭살야채조림 가지두반장볶음 참나물무침	흰밥 야채죽 배추김치/백김치 배추콩가루국 야채계란찜 콩나물무침 호박당근볶음	소고기야채볶음밥 야채죽 배추김치/백김치 미소된장국 생선까스/타르타르소스 치커리샐러드 냉면무	흰밥 야채죽 배추김치/백김치 동태탕 훈제오리채소볶음 단호박조림 부추양파무침	흰밥 야채죽 배추김치/백김치 들깨미역국 돈불고기 참치야채볶음 오이새콤무침
간식	쾌변요구르트(케어웰영양음료) 요플레(두유)/그래뉼라	엔요요구르트(두유) 고구마라떼(토마토주스)	요플레(두유) 유자차/호두과자	불가리스(아몬드브리즈) 식혜/도넛	이오요구르트(두유) 수박	견과류차 불가리스(토마토주스)	흰우유(두유)/그래뉼라 체리주스 / 에이스크래커

원산지 표기	작성자 : 진영미 *참고(,,,)메뉴는 기피음식대상자 메뉴임 (**)메뉴는 수급자 욕구식단 및 간식임 쌀/밥,죽,누룽지(국산), 소국거리(국산), 소불고기(미국산), 돈육(국산), 닭(국내산), 오리고기(국내산), 배추(국내산), 배추김치(고추가루포함 국산), 콩류/두부.비지.순두부(중국산), 오징어/가공품(수입산) 꽃게(국산,수입산), 명태/가공품(러시아산), 낙지,쭈꾸미(중국산), 갈치(수입산,국산), 고등어(국산), 장어(중 국산).미꾸라지(중국산), 광어(국산), 우럭(국산), 돔(국산), 가자미(중국산), 다랑어(수입산),식욱가공품:소, 돼지,닭,오리(수입산),수산가공품:어육가공품,젓갈류,조미가공품,어간장,어묵류(외국산)

2026년 8월 3주 식단표

일자	8/9(일)	8/10(월)	8/11(화)	8/12(수)	8/13(목)	8/14(금)	8/15(토)
아침	흰밥 흰죽 배추김치/백김치 아욱된장국 동태살조림 새송이볶음 자반김	흰밥 흰죽 배추김치/백김치 누룽지탕 돈채피망볶음 건새우무조림 오복지무침	흰밥 흰죽 배추김치/백김치 어묵무국 모듬해물볶음 단배추된장무침 구이김	흰밥 흰죽 배추김치/백김치 배추콩가루국 고등어감자조림 연두부/양념장 김자반볶음	흰밥 흰죽 배추김치/백김치 초당순두부탕 스팸두부조림 느타리버섯볶음 쪽파김무침	흰밥 흰죽 배추김치/백김치 누룽지탕 돈육계란조림 명란쪽파무침 가지두반장볶음	흰밥 흰죽 배추김치/백김치 애호박새우젓국 미역줄기볶음 떡갈비채소조림 구이김
점심	흰밥 소고기야채죽 배추김치/백김치 콩나물무채국 안동찜닭 해물야채볶음 궁채무침	흰밥 소고기야채죽 배추김치/백김치 꽃게된장찌개 돈수육 표고곤약조림 상추겉절이	흰밥 소고기야채죽 배추김치/백김치 해물탕 고구마닭조림 건새우마늘종볶음 모듬그린샐러드	흰밥 소고기야채죽 배추김치/백김치 돈순살감자탕 바싹불고기 호박새우젓볶음 쌈추오이생채	흰밥 소고기야채죽 배추김치/백김치 들깨무채국 오색비빔밥/양념장 생선까스/타르소스 오이고추/쌈장	흰밥 소고기야채죽 배추김치/백김치 전복삼계탕 고구마고로케 어향가지볶음 냉면무	흰밥 소고기야채죽 배추김치/백김치 소고기무국 돈불고기채소볶음 모듬버섯들깨볶음 오이양파무침
저녁	흰밥 야채죽 배추김치/백김치 두부감자국 임연수구이 고사리들깨볶음 청포묵김가루무침	흰밥 야채죽 배추김치/백김치 황태국 연어버터구이 야채스크램블에그 다시마채무침	흰밥 야채죽 배추김치/백김치 감자두부국 동그랑땡전 메알표고조림 김자반	흰밥 야채죽 배추김치/백김치 콩나물맑은국 훈제오리찜/소스 멸치무조림 부추양파무침	흰밥 야채죽 배추김치/백김치 소고기미역국 너비아니구이 오이고추멸치볶음 브로콜리숙회	흰밥 야채죽 배추김치/백김치 어묵탕 두부구이/양념장 베이컨감자조림 파프리카치커리샐러드	흰밥 야채죽 배추김치/백김치 홍합두부탕 소불고기 콩나물무침 깨순볶음
간식	ㅜㄹ요플레(두유) 옥수수차/파운드케이크	엔요요구르트(두유) 토마토	요플레(두유) 수박	엔요요구르트(두유) 홍삼엑기스	요플레(두유) 고구라라떼/크래커	견과류차 요플레(두유)	흰우유/그래늄라 옥수수스프

원산지 표기	작성자 : 진영미 *참고(,,,)메뉴는 기피음식대상자 메뉴임 (**)메뉴는 수급자 욕구식단 및 간식임 쌀/밥,죽,누룽지(국산), 소국거리(국산), 소불고기(미국산), 돈육(국산), 닭(국내산), 오리고기(국내산), 배추(국내산), 배추김치(고추가루포함 국산), 콩류/두부.비지.순두부(중국산), 오징어/가공품(수입산) 꽃게(국산,수입산), 명태/가공품(러시아산), 낙지,쭈꾸미(중국산), 갈치(수입산,국산), 고등어(국산), 장어(중 국산).미꾸라지(중국산), 광어(국산), 우럭(국산), 돔(국산), 가자미(중국산), 다랑어(수입산),식욱가공품:소, 돼지,닭,오리(수입산),수산가공품:어육가공품,젓갈류,조미가공품,어간장,어묵류(외국산)

2026년 8월 4주 식단표

일자	8/16(일)	8/17(월)	8/18(화)	8/19(수)	8/20(목)	8/21(금)	8/22(토)
아침	흰밥 흰죽 배추김치/백김치 대구탕 마늘종돈육볶음 청경채나물무침 김자반볶음						
점심	흰밥 소고기야채죽 배추김치/백김치 건새우아욱국 삼치엿장조림 콩나물무침 양배추찜/양념장						
저녁	흰밥 야채죽 배추김치/백김치 만두국 해물완자전 도토리묵오이무침 시금치무침						
간식	불가리스(케어웰영양음료) 유자차/마가렛트						

원산지 표기	작성자 : 진영미 *참고(,,,)메뉴는 기피음식대상자 메뉴임 (**메뉴는 수급자 욕구식단 및 간식임 쌀/밥,죽,누룽지(국산), 소국거리(국산), 소불고기(미국산), 돈육(국산), 닭(국내산), 오리고기(국내산), 배추(국내산), 배추김치(고추가루포함 국산), 콩류/두부.비지.순두부(중국산), 오징어/가공품(수입산) 꽃게(국산,수입산), 명태/가공품(러시아산), 낙지,쭈꾸미(중국산), 갈치(수입산,국산), 고등어(국산), 장어(중 국산).미꾸라지(중국산), 광어(국산), 우럭(국산), 돔(국산), 가자미(중국산), 다랑어(수입산),식욱가공품;소, 돼지,닭,오리(수입산),수산가공품:어육가공품,젓갈류,조미가공품,어간장,어묵류(외국산)

2026년 8월 5주 식단표

일자	8/23(일)	8/24(월)	8/25(화)	8/26(수)	8/27(목)	8/28(금)	8/29(토)
아침							
점심							
저녁							
간식							
원산지 표기							

2026년 8월 6주 식단표

일자	8/30(일)	8/31(월)	9/1(화)	9/2(수)	9/3(목)	9/4(금)	9/5(토)
아침							
점심							
저녁							
간식							
원산지 표기							